

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА / PHYSICAL CULTURE AND PROFESSIONAL PHYSICAL TRAINING

DOI: <https://doi.org/10.23670/IRJ.2024.140.2>

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ МОЛОДЕЖИ, ПОСТУПАЮЩЕЙ В ВОЕННО-УЧЕБНЫЕ ЗАВЕДЕНИЯ

Научная статья

Буриков А.В.^{1,*}

¹ORCID : 0000-0003-1779-9763;

¹ Ярославское высшее военное училище противовоздушной обороны, Ярославль, Российская Федерация

* Корреспондирующий автор (burikov2001[at]mail.ru)

Аннотация

В статье приводятся результаты исследования актуальных проблем физической подготовки абитуриентов, поступающих в военные вузы.

Проведено тестирование среди абитуриентов, поступающих в военные учебные заведения. Отмечается снижение престижности здорового образа жизни и регулярных занятий спортом среди молодежи, поступающей в военные вузы, что является одной из актуальных проблем физической подготовки курсантов

Обозначены основные недостатки традиционного учебно-воспитательного процесса в высшей школе, препятствующие эффективной реализации целенаправленного педагогического процесса формирования физической культуры выпускников общеобразовательных организаций.

Делается заключение о том, что абитуриентам, поступающим в военно-учебные заведения на занятиях физической культурой не хватало интерактивных технологий, они «устали» от традиционно-используемых методик преподавания физической культуры.

Ключевые слова: физическая подготовка, абитуриенты, военно-учебное заведение, мотивация, здоровый образ жизни, физическая активность.

CURRENT PROBLEMS OF PHYSICAL EDUCATION OF YOUTH ENTERING MILITARY EDUCATIONAL INSTITUTIONS

Research article

Burikov A.V.^{1,*}

¹ORCID : 0000-0003-1779-9763;

¹ Yaroslavl Higher Military Institute of the Air Defense, Yaroslavl, Russian Federation

* Corresponding author (burikov2001[at]mail.ru)

Abstract

The article presents the results of a study of actual problems of physical training of applicants entering military universities.

Testing was carried out among applicants entering military educational institutions. There is a decrease in the prestige of a healthy lifestyle and regular sports among young people entering military universities, which is one of the urgent problems of physical training of cadets.

The main shortcomings of the traditional teaching and upbringing process in higher education are outlined, which impede the effective implementation of the purposeful pedagogical process of the formation of physical culture of graduates of educational organizations.

It is concluded that applicants entering military educational institutions in physical education classes lacked interactive technologies, they were "tired" of the traditionally used methods of teaching physical culture.

Keywords: physical training, applicants, military educational institution, motivation, healthy lifestyle, physical activity.

Введение

В процессе обучения курсантов в высших военных учебных заведениях предполагается систематическое чередование периодов учебных и практических занятий и экзаменационных сессий [10, С. 69]. Отечественные специалисты отмечают, что в период проведения зачетов и экзаменов у курсантов отмечается повышенный уровень стресса и психологического напряжения, которые оказывают негативное влияние на основные функциональные системы организма – дыхательную, сердечно-сосудистую и нервную, а также на иммунную систему [6, С. 45], [8, С. 193].

Кроме этого, экзаменационный стресс является пусковым механизмом для реактивной депрессии [2]. Исходя из результатов научного исследования, проведенных К.В. Аксеновым с соавторами [1, С. 83], А.В. Борисовым с соавторами [3, С. 145], Л.Е. Варфоломеевой с соавторами [7, С. 213], А.В. Волковым [9], физические нагрузки в разумном количестве оказывают благотворное влияние на психоэмоциональное и физическое состояние человека, а также способствуют повышению эффективности работы головного мозга, противостоянию нервно-психическим перегрузкам.

В настоящее время стремительно возрастает уровень информационной нагрузки на курсанта в процессе учебной деятельности:

- увеличивается количество аудиторных занятий;
- увеличивается объём заданий для самостоятельной подготовки;
- возрастает время работы и объём информации, которую необходимо качественно перерабатывать [5, С. 17].

Актуальность исследования обусловлена ролью физической подготовки и спорта как эффективного средства воспитания курсантов [13, С. 67].

Для выявления актуальных проблем физического воспитания курсантов было проведено социологическое исследование среди абитуриентов, поступающих в военные вузы. В анкетировании, направленном на выявление роли физической подготовки и спорта в жизни молодежи, поступающей в военные учебные заведения, приняли участие 100 человек, в возрасте от 18 лет до 21 года.

Основные результаты

Анализ результатов проведенного исследования выявил, что около 50% респондентов в основном не ведут здоровый образ жизни, однако периодически прибегают к его соблюдению, 15% опрошенных категорически отвергают данный принцип бытия, а 35% абитуриентов все же соблюдают постулаты здорового образа жизни. На вопрос «Занимаетесь ли вы спортом?» 42% респондентов дали положительный ответ, оставшиеся 58% опрошенных дали ответ «нет, не занимаюсь, но планирую».

На занятия физической культурой до поступления в военные учебные заведения (Рис. 1):

- 31% абитуриентов тратили в среднем 2-3 часа в неделю;
- 9% – 4-5 часов;
- 27% – 1-2 часа;
- 33% – менее 1 часа в неделю.

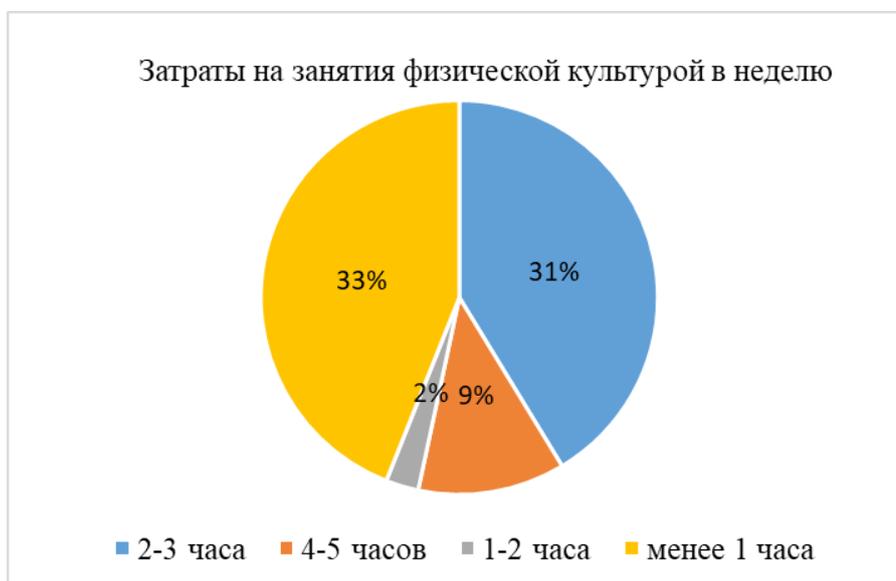


Рисунок 1 - Временные затраты на занятия физической культурой до поступления в военно-учебные заведения

DOI: <https://doi.org/10.23670/IRJ.2024.140.2.1>

Ответы на вопрос «Делали ли вы утреннюю гигиеническую гимнастику?» были таковыми (Рис. 2):

- 73% респондентов вообще не делали зарядку по утрам;
- 13% редко делали зарядку;
- 12% абитуриентов периодически уделяют время утренним физическим упражнениям;
- 2% опрошенных выполняли зарядку по утрам постоянно.



Рисунок 2 - Выполнение утренней гигиенической гимнастики (зарядки)
DOI: <https://doi.org/10.23670/IRJ.2024.140.2.2>

На основании полученных результатов можно сделать вывод о том, что среди абитуриентов, поступающих в военные учебные заведения наблюдается снижение престижности здорового образа жизни и регулярных занятий спортом, что является одной из актуальных проблем физической подготовки курсантов [11, С. 33]. Выявлено также то, что у абитуриентов нет реальной заинтересованности в ведении и здорового образа жизни.

При оценке абитуриентами своей физической активности в течение рабочей недели было выявлено, что только 11% из участников исследования считают себя достаточно активными, а именно оценивают свою физическую активность на 4 балла по 5-балльной шкале, 67% респондентов «проявляют признаки движения», значит оценивают свою физическую активность на 3 балла по 5-балльной шкале, и 22% опрошенных считают себя совершенно неактивными, то есть оценивают свою физическую активность на 1 или 2 балла по 5-балльной шкале, соответственно.

Также в ходе опроса, абитуриенты оценили свой уровень физической подготовленности (Рис. 3):

- 51,2% респондентов считают, что их физическая подготовка находится на низком уровне;
- 43,9% абитуриентов оценивают свой уровень физической подготовки как «средний»;
- 4,9% опрошенных считают, что их физическая подготовка находится на высоком уровне.

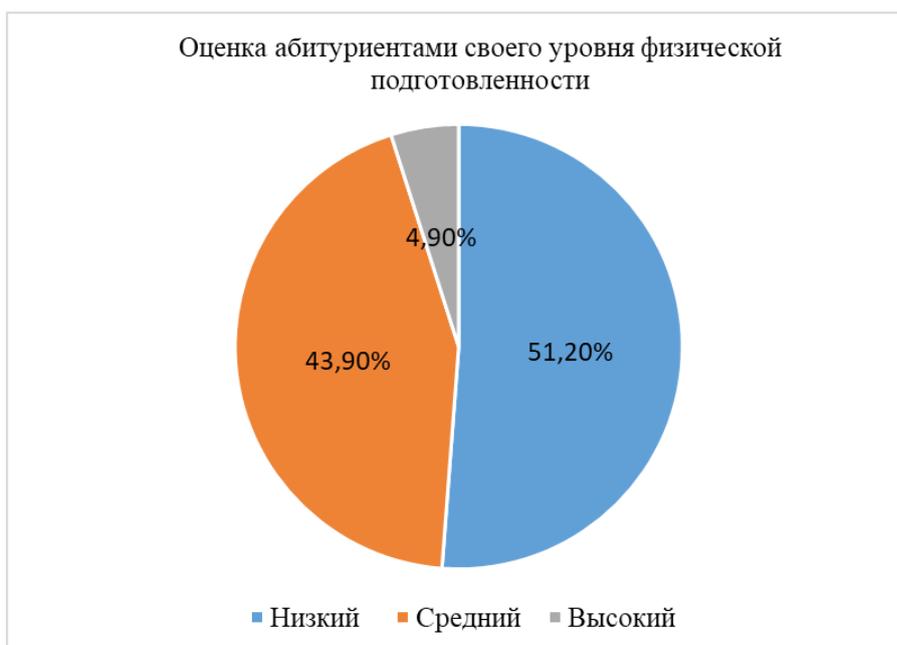


Рисунок 3 - Оценка абитуриентами своего уровня физической подготовленности
DOI: <https://doi.org/10.23670/IRJ.2024.140.2.3>

На вопрос «часто ли вам не хватает мотивации для занятий спортом» были получены такие ответы: 63,4% абитуриентов время от времени не хватает мотивации, 31,7% респондентов приходится постоянно заставлять себя силой заниматься физическими упражнениями и лишь у 4,9% опрошенных нет такой проблемы.

В ходе исследования было выявлено, что 52% абитуриентов посещали занятия по физкультуре в своем учебном заведении, а оставшиеся 48% делятся на два типа: 34% посещали занятия, но только по мере возможности и 14% вовсе пренебрегают посещением физкультуры.

Основными причинами, по которым абитуриенты не посещали занятия по рассматриваемой учебной дисциплине являлись:

- чрезмерные физические нагрузки на занятиях (15%);
- устаревшее оборудование (12%);
- отсутствие интереса к физкультуре как к учебной дисциплине в целом (19%);
- ограничения, в том числе и искусственно созданные, по здоровью (15%);
- восприятие физкультуры в ключе учебного процесса как «обязаловки» из-за использования запугивания и других средств принуждения к посещению данной учебной дисциплины (39%).

В силу всех вышеперечисленных причин на занятиях по физкультуре в своем учебном заведении абитуриенты по большей части (61% респондентов) испытывают усталость, безразличие и раздражение, в то время как 27% опрошенных имеет приподнятое настроение, и только 12% респондентов испытывают радость и вдохновение от процесса.

В свою очередь, причиной недостаточной мотивированности выпускников образовательных организаций является негативное восприятие предмета и отрицательные эмоции от физической культуры в силу использования устаревших программ, форм и методов физкультурного образования, которые не вызывают у молодого поколения должной заинтересованности [4, С. 23], [12, С. 87].

Участникам опроса был предложен на выбор ряд мероприятий, которые используются в военных учебных заведениях для популяризации физической подготовки и спорта среди курсантов.

Так организацию занятий по физической подготовке:

- с использованием современных развивающих методик по всем разделам физической подготовки одобрили 48% абитуриентов;
- использование существующих учебных интерактивных программ по организации занятий физической подготовкой с увеличением количества занятий по военно-прикладным видам спорта – 32%;
- организация занятий по спортивному ориентированию – 11%;
- использование на занятиях по физической подготовке современного спортивного оборудования и инвентаря – 7%;
- увеличение количества спортивных соревнований одобрили 2%.

Заключение

Отсюда следует, что абитуриенты среди всех вышеперечисленных решений в «тройку лидеров» выводят следующие:

- организацию занятий по физической подготовке с использованием современных развивающих методик по всем разделам физической подготовки;
- использование существующих учебных интерактивных программ по организации занятий физической подготовкой с увеличением количества занятий по военно-прикладным видам спорта.

Следовательно, абитуриентам на занятиях физической культурой в своих учебных заведениях не хватало интерактивных технологий, обучающиеся «устали» от привычных и традиционных методик преподавания рассматриваемой дисциплины.

Кроме того, представленные решения по обновлению организации занятий в высших военных учебных заведениях будут способствовать удовлетворению социальных потребностей, самореализации и самоактуализации курсантов.

Также следует отметить, что руководителям образовательных организаций среднего и среднего профессионального образования стоит обратить внимание на тщательное планирование физической активности обучающихся в соответствии с их способностями, а главное, интересами. Это окажет благотворное влияние на формирование осознанного отношения абитуриентов, поступающих в военные учебные заведения к занятиям физической подготовкой.

Конфликт интересов

Не указан.

Рецензия

Все статьи проходят рецензирование. Но рецензент или автор статьи предпочли не публиковать рецензию к этой статье в открытом доступе. Рецензия может быть предоставлена компетентным органам по запросу.

Conflict of Interest

None declared.

Review

All articles are peer-reviewed. But the reviewer or the author of the article chose not to publish a review of this article in the public domain. The review can be provided to the competent authorities upon request.

Список литературы / References

1. Аксенов К.В. Система физической подготовки как элемент военно-профессиональной подготовки военнослужащих / К.В. Аксенов, С.А. Антрофиков, Ю.Е. Маяшин [и др.] // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. — 2022. — № 1. — С. 83-86.

2. Бирагов А.С. Актуальные проблемы формирования физической культуры студентов / А.С. Бирагов, А.Н. Доева // Вестник ГУУ. — 2014. — № 15. — С. 257-259.
3. Борисов А.В. Особенности организации занятий по физической подготовке с военнослужащими противовоздушной обороны и противоракетной обороны в режиме служебного времени / А.В. Борисов, А.В. Буриков, Ю.Г. Елькин // Современные наукоемкие технологии. — 2019. — № 12. — С. 144-148.
4. Борцова А.Н. Психолого-педагогические условия формирования у будущих спасателей мотивации к занятиям профессионально-прикладной физической подготовкой / А.Н. Борцова, П.Н. Кознов, Н.А. Кушнер [и др.] // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. — 2018. — № 12(166). — С. 22-26.
5. Буриков А.В. Исследование показателей физической подготовленности курсантов высшего военного учебного заведения / А.В. Буриков, В.Н. Васин, А.В. Бугаев // Обзор педагогических исследований. — 2021. — Т. 3. — № 6. — С. 16-19.
6. Буриков А.В. Теоретические аспекты организации физической подготовки военнослужащих / А.В. Буриков // Обзор педагогических исследований. — 2020. — Т. 2. — № 4. — С. 43-48.
7. Варфоломеева Л.Е. Направленность образовательного процесса по физической культуре в вузе / Л.Е. Варфоломеева, А.В. Буриков, В.Н. Васин // Современный ученый. — 2022. — № 2. — С. 211-215.
8. Васин В.Н. Результаты педагогического эксперимента по совершенствованию уровня физической подготовленности военнослужащих / В.Н. Васин, А.В. Буриков, А.В. Горохов // Современный ученый. — 2020. — № 2. — С. 191-195.
9. Волков А.В. Проблемы физического воспитания студенческой молодежи / А.В. Волков // Проблемы Науки. — 2016. — № 26(68). — С. 92-95.
10. Гришинов В.П. Межличностные отношения курсантов военно-учебного заведения / В.П. Гришинов, С.А. Скрипачев, Н.И. Якунин // Ученые записки университета им. П.Ф.Лесгафта. — 2017. — № 12(154). — С. 67-71.
11. Елькин Ю.Г. Вопросы физической подготовки в высших военных учебных заведениях Министерства обороны Российской Федерации / Ю.Г. Елькин // Вестник Ярославского высшего военного училища противовоздушной обороны. — 2022. — № 2(17). — С. 33-39.
12. Стрелков А.А. Влияние функционального состояния на физическую подготовленность военнослужащих при выполнении задач военно-профессиональной деятельности / А.А. Стрелков, Ю.Г. Елькин, А.В. Буриков [и др.] // Успехи гуманитарных наук. — 2020. — № 12. — С. 86-90.
13. Якунин Н.И. Формирование у курсантов компетенций в области физической подготовки / Н.И. Якунин, Г.В. Дворниченко, А.В. Семенов // Вестник Ярославского высшего военного училища противовоздушной обороны. — 2022. — № 4(19). — С. 66-71.

Список литературы на английском языке / References in English

1. Aksenov K.V. Sistema fizicheskoy podgotovki kak element voenno-professional'noj podgotovki voennosluzhashchih [The System of Physical Training as an Element of Military Professional Training of Servicemen] / K.V. Aksenov, S.A. Antrofikov, Yu.E. Mayashin [et al.] // Aktual'nye problemy fizicheskoy i special'noj podgotovki silovyh struktur [Actual Problems of Physical and Special Training Power Structures]. — 2022. — № 1. — P. 83-86. [in Russian]
2. Biragov A.S. Aktual'nye problemy formirovaniya fizicheskoy kul'tury studentov [Actual Problems of Students' Physical Culture Formation] / A.S. Biragov, A.N. Doeva // Vestnik GUU [Bulletin of the State University of Management]. — 2014. — № 15. — P. 257-259. [in Russian]
3. Borisov A.V. Osobennosti organizacii zanyatij po fizicheskoy podgotovke s voennosluzhashchimi protivovozdushnoj oborony i protivoraketnoj oborony v rezhime sluzhebного времени [Features of the Organization of Physical Training Classes with Military Personnel of Air Defense and Missile Defense in the Duty Time Mode] / A.V. Borisov, Yu.G. Elkin, A.V. Burikov // Sovremennye naukoemkie tekhnologii [Modern Science-intensive Technologies]. — 2019. — № 12. — P. 144-148. [in Russian]
4. Bortsova A.N. Psihologo-pedagogicheskie usloviya formirovaniya u budushchih spasatelej motivacii k zanyatiyam professional'no-prikladnoj fizicheskoy podgotovkoj [Psychological and Pedagogical Conditions for the Formation of Future Rescuers' Motivation for Professional and Applied Physical Training] / A.N. Bortsova, P.N. Koznov, N.A. Kushner [et al.] // Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta [Scientific Notes of the University named after P.F. Lesgaft]. — 2018. — № 12(166). — P. 22-26. [in Russian]
5. Burikov A.V. Issledovanie pokazatelej fizicheskoy podgotovlennosti kursantov vysshego voennogo uchebnogo zavedeniya [Study of Indicators of Physical Readiness of Cadets of a Higher Military Educational Institution] / A.V. Burikov, V.N. Vasin, A.V. Bugaev // Obzor pedagogicheskikh issledovanij [Review of Pedagogical Research]. — 2021. — Vol. 3. — № 6. — P. 16-19. [in Russian]
6. Burikov A.V. Teoreticheskie aspekty organizacii fizicheskoy podgotovki voennosluzhashchih [Theoretical Aspects of the Organization of Physical Training of Military Personnel] / A.V. Burikov // Obzor pedagogicheskikh issledovanij [Review of Pedagogical Research]. — 2020. — Vol. 2. — № 4. — P. 43-48. [in Russian]
7. Varfolomeeva L.E. Napravlennost' obrazovatel'nogo processa po fizicheskoy kul'ture v vuze [Orientation of the Educational Process in Physical Culture at the University] / L.E. Varfolomeeva, A.V. Burikov, V.N. Vasin // Sovremennyy uchenyj [Modern Scientist]. — 2022. — № 2. — P. 211-215. [in Russian]
8. Vasin V.N. Rezultaty pedagogicheskogo eksperimenta po sovershenstvovaniyu urovnya fizicheskoy podgotovlennosti voennosluzhashchih [The Results of a Pedagogical Experiment to Improve the Level of Physical Fitness of Military Personnel] / V.N. Vasin, A.V. Burikov, A.V. Gorokhov // Sovremennyy uchenyj [Modern Scientist]. — 2020. — № 2. — P. 191-195. [in Russian]

9. Volkov A.V. Problemy fizicheskogo vospitaniya studentcheskoj molodezhi [Problems of Physical Education of Student Youth] / A.V. Volkov // Problemy Nauki [Problems of Science]. — 2016. — № 26(68). — P. 92-95. [in Russian]
10. Grishinov V.P. Mezhlichnostnye otnosheniya kursantov voenno-uchebnogo zavedeniya [Interpersonal Relations between Cadets of a Military Educational Institution] / V.P. Grishinov, S.A. Skripachev, N.I. Yakunin // Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta [Scientific Notes of P.F. Lesgaft University]. — 2017. — № 12(154). — P. 67-71. [in Russian]
11. Elkin Yu.G. Voprosy fizicheskoy podgotovki v vysshih voennyh uchebnyh zavedeniyah Ministerstva oborony Rossijskoj Federacii [Issues of Physical Training in Higher Military Educational Institutions of the Ministry of Defense of the Russian Federation] / Yu.G. Elkin // Vestnik YAroslavskogo vysshego voennogo uchilishcha protivovozdushnoj oborony [Bulletin of the Yaroslavl Higher Military School of Air Defense]. — 2022. — № 2(17). — P. 33-39. [in Russian]
12. Strelkov A.A. Vliyanie funkcional'nogo sostoyaniya na fizicheskuyu podgotovlennost' voennosluzhashchih pri vypolnenii zadach voenno-professional'noj deyatelnosti [Influence of the Functional State on the Physical Fitness of Military Personnel in the Performance of Tasks of Military Professional Activity] / A.A. Strelkov, Yu.G. Elkin, A.V. Burikov [et al.] // Uspekhi gumanitarnyh nauk [Successes in the Humanities]. — 2020. — № 12. — P. 86-90. [in Russian]
13. Yakunin N.I. Formirovanie u kursantov kompetencij v oblasti fizicheskoy podgotovki [Formation of Cadets' Competencies in the Field of Physical Training] / N.I. Yakunin, G.V. Dvornichenko, A.V. Semenov // Vestnik YAroslavskogo vysshego voennogo uchilishcha protivovozdushnoj oborony [Bulletin of the Yaroslavl Higher Military School of Air Defense]. — 2022. — № 4(19). — P. 66-71. [in Russian]